

各 位

2018年4月18日
株式会社インプレス

今や国民病、「お腹の不調」に悩む多くの日本人を救う！
「腸活」の第一人者である江田証先生の新刊が4月20日に発売
『小腸を強くすれば病気にならない 今、日本人に忍び寄る「SIBO」から身を守れ！』

インプレスグループでIT関連メディア事業を展開する株式会社インプレス（本社：東京都千代田区、代表取締役社長：小川 亨）は、書籍『小腸を強くすれば病気にならない 今、日本人に忍び寄る「SIBO」』（小腸内細菌増殖症）から身を守れ！』を2018年4月20日（金）に発売します。



■「腸内フローラ健康法」に盲目的に従ってはい、お腹の不調はずっと治りません

現代日本の「国民病」と言ってもいい「お腹の不調」。一説によると日本人の14パーセント、1700万人以上が何らかのお腹の悩みを抱えていると言われています。そんな中で一時期、注目を集めたのが「腸内フローラ健康法」です。ところが最近では、「腸内環境を意識して毎日ヨーグルトや納豆などの発酵食品を食べたり、過敏性腸症候群の治療をしたりしているのに、お腹の調子がいっこうに良くなる」と言う人が増えています。そんな人たちを救う新しい概念が、本書が日本で初めて解説する「SIBO」（シーボ：小腸内細菌増殖症）です。これまで「お腹が弱い」、つまり「過敏性腸症候群」と診断されていた人の85パーセントがSIBOの症状にあるとも指摘され、いま腸の医学でもっとも注目されているトピックの1つです。

■お腹の不調で悩んでいるなら「小腸の健康」に気を配ってみませんか？

近年の研究によって、小腸の不調が「狭心症」や「心筋梗塞」のリスクを高め、かつ、「糖尿病」や「慢性腎臓病」「膵臓の病気」「自己免疫の病気」「にきびなどの皮膚病」など、全身の病気に影響することもわかってきました。このほかにも、肥満やうつ、疲労感、肌荒れ・肌の劣化、小腸がん、リーキーガット症候群、パーキンソン病などとの関連性も指摘されています。

本書の著者である江田証先生は、これまで数万件の内視鏡検査で日本人の腸を見続けてきた現役医師

であり、豊富な知識と臨床経験を生かしてテレビやラジオ、雑誌などのメディアでも活躍している「腸活」の第一人者です。本書は、そんな江田証先生の手による、腸の健康を解説した日本初の「小腸本」です。小腸を強くして健康になるためのヒントも満載です。本書を読めば、最新の医学知識はもちろん、小腸を強くして健康になるための生活習慣や食事、運動、マッサージなどの方法が自然と身に付き、読み終わる頃には、自分の腸に自信を持てるようになります。

●主にこのような方におすすめです

- ・お腹の調子がなんとなく良くない
- ・下痢しやすい
- ・お腹にガスが貯まりやすい
- ・げっぷが多い
- ・「ぼっこりお腹」が気になる
- ・太りやすい、脂肪肝と言われている
- ・睡眠が良くない
- ・気分が落ち込む
- ・肌荒れがひどい
- ・胸焼けが良くならない
- ・腸内環境健康法を意識して納豆やヨーグルトなどを食べているのに、いっこうにお腹が良くならない
- ・お医者さんにかかって「過敏性腸症候群」と言われたものの、改善がみられない
- ・お腹にカビがいると言われている
- ・腸漏れ症候群(リーキーガット症候群)と言われている

■書誌情報



小腸を強くすれば病気にならない

今、日本人に忍び寄る「SIBO」(小腸内細菌増殖症)から身を守れ!

著者：江田 証

価格：本体1,380円＋税

判形：四六判

ページ数：232ページ

発売日：2018年4月20日(金)

◇インプレスの書籍情報ページ：<https://book.impress.co.jp/books/1117101065>

◇Amazonの書籍情報ページ：<https://www.amazon.co.jp/dp/4295003123/>

◇書影(高解像度)ダウンロード：<https://dekiru.net/press/500312.jpg>

◇もくじ

まえがき：日本人の小腸が危ない！／小腸の元気は、生きるエネルギー！お腹の張りが寿命を縮める!?

プロローグ：さまざまなお腹のトラブルは、「小腸」で生じていた！

第1章：日本人の「小腸内細菌」が爆発的に増えている！

第2章：SIBOになると、さまざまな症状が現れる！

第3章：なぜ、SIBOになってしまうのか？

第4章：SIBOの検査と予防法

第5章：SIBOにならないための食事法

第6章：SIBOを治療する7つのステップ

あとがき：目には見えないガスを「診る」ことで病気を診る

■著者プロフィール

江田 証（えだ あかし）

医学博士・江田クリニック院長

日本消化器病学会専門医

日本消化器内視鏡学会専門医

1971年、栃木県に生まれる。医学博士。江田クリニック院長。

自治医科大学大学院医学研究科修了。日本消化器病学会専門医。日本消化器内視鏡学会専門医。米国消化器病学会（AGA）インターナショナルメンバーを務める。消化器系癌に関連するCDX2 遺伝子がピロリ菌感染胃炎で発現していることを世界で初めて米国消化器病学会で発表し、英文誌の巻頭論文として掲載。毎日、国の内外から来院する200 人近くの患者さんを胃内視鏡、大腸内視鏡で診察しているカリスマ消化器専門医。テレビ、雑誌などマスコミに頻繁に取り上げられ、深くて軽妙な解説に人気がある。

著書には『医者が患者に教えない病気の真実』（幻冬舎）、『パン・豆類・ヨーグルト・りんごを食べてはいけません』（さくら舎）、『なんだかよくわからない「お腹の不調」はこの食事で治せる!』（PHP研究所）など多数ある。

以上

【株式会社インプレス】 <http://www.impress.co.jp/>

シリーズ累計 7,000 万部突破のパソコン解説書「できる」シリーズ、「デジタルカメラマガジン」等の定期雑誌、IT 関連の専門メディアとして国内最大級のアクセスを誇るデジタル総合ニュースサービス「Impress Watch」等のコンシューマ向けメディア、「IT Leaders」、「SmartGrid ニュースレター」、「Web 担当者 Forum」等の企業向け IT 関連メディアブランドを総合的に展開、運営する事業会社です。IT 関連出版メディア事業、及びデジタルメディア&サービス事業を幅広く展開しています。

【インプレスグループ】 <http://www.impressholdings.com/>

株式会社インプレスホールディングス（本社：東京都千代田区、代表取締役：唐島夏生、証券コード：東証1部 9479）を持株会社とするメディアグループ。「IT」「音楽」「デザイン」「山岳・自然」「モバイルサービス」を主要テーマに専門性の高いコンテンツ+サービスを提供するメディア事業を展開しています。

【本件に関するお問合せ先】

株式会社インプレス 広報担当：丸山

TEL：03-6837-5034 E-mail：pr-info@impress.co.jp URL：<http://www.impress.co.jp/>